

ビルトインコンロ
Rinnai DELICIAで
作る！！

子どもと作ろう！ ニンジンの蒸しケーキ



手早くできて、子どもも喜ぶ野菜のおやつ。

材料（1台分）

調理時間35分
カロリー1台分1519kcal

おろしニンジン・・・・・・・・200g
ホットケーキミックス・・300g
牛乳・・・・・・・・・・・・・160ml
オリーブ油・・・・・・・・・・大さじ2
塩・・・・・・・・・・・・・・・・少々

作り方

- ① ボウルにおろしニンジンとホットケーキミックスを入れてよく混ぜ合わせる。さらに牛乳、オリーブ油、塩を加えて混ぜる。
- ② ココットダッチオーブンにオーブンシートを敷いて①を流し込み、平らにする。蓋をしてグリルに入れる。
- ③ ココットダッチオーブン「パウンドケーキ」を選択し、点火する。手動の場合は、ココットダッチオーブン「ケーキ/パン[強]」を選択し、タイマーを18分に設定して点火する。消火後、そのままグリルの中で12分余熱する。
- ④ ココットダッチオーブンから取り出し、粗熱をとる。